

## Que faire après avoir subi un viol par son petit ami ? - 1/1

**On voit la vie en rose, on se sent aimer, on aime et pourtant, la vie peut basculer en quelques secondes... Après une soirée un peu trop arrosée, après des "je t'aime" entre chaque baisers, il suffit d'un moment de faiblesse pour qu'on abuse de vous... Pourquoi culpabiliser ? Pourquoi se renfermer sur soi-même ?**

**Que faire dans le cas où l'on se fait violer par son propre petit ami ?** C'est la question à laquelle j'ai décidé de répondre afin d'aider les personnes qui pourraient se retrouver dans cette situation.

Peut-être pensez-vous que cela ne vous arrivera *jamais*, c'est ce que je me disais jusqu'au soir où, après une soirée, mon petit ami m'a violé.

Une soirée bien arrosée, un petit câlin qui se transforme en **viol** ! Dans mon cas, il m'a violé et ensuite s'est endormi en me laissant en pleurs, je me suis douchée et suis partie. Le lendemain matin, il est venue me voir avec une rose blanche pour s'excuser. Je l'ai rejeté et il m'a envoyé baladé. Après ça, je me suis renfermée sur moi-même, je n'en ai parlé à personne. J'avais peur du regard des autres, j'avais l'impression que tout le monde le savait. J'avais honte d'avoir été violée.

Il est vrai que le fait de parler de ça à quelqu'un est bénéfique mais vers qui se tourner ? C'est la question que je me suis posée. Une amie ? La Famille ? Un psychologue ? Ce sont de bonnes solutions, cependant, il est toujours difficile de parler à quelqu'un que l'on cotoie car on a la peur du jugement, et il est difficile aussi de parler à un psychologue car ce mot signifie pour beaucoup d'entre nous que l'on a un problème mental, que l'on est pas "normal".

Notre vie change du jour au lendemain. Il y a une cassure entre le passé douloureux et le présent, le futur... on se pense plus comme avant : ou on est renfermée sur soi-même et on reste dans son coin, ou, au contraire, on s'énerve vite, on envoie tout le monde sur les roses sans comprendre pourquoi !

Pour m'en sortir, seul le temps m'a guéri. Je ne souhaite à personne de vivre ce que j'ai vécu. Pour moi, la meilleure solution a été d'en parler une fois la page tournée... Peut-être que ce ma conclusion vous choquera mais sachez prendre le bon côté des choses. Vous avez souffert mais il faut se dire que vous ressortirez de cette histoire plus forte et plus mature ! Sachez faire attention à tout, ne faites pas confiance à n'importe qui, même votre petit ami.